

#SoyMayorSoyComoTú

Garantizar la igualdad de derechos y la dignidad de las personas mayores debe convertirse en una prioridad de la agenda política y social

Organizaciones que trabajan por los derechos y el bienestar de las personas mayores se unen para denunciar que la actual crisis ha agravado, aún más, la discriminación por edad.

- Grandes Amigos, Fundación Pilares para la autonomía personal, Envejecimiento en Red, HelpAge International España y Matia Fundazioa ponen de manifiesto que la Covid-19 ha demostrado que existe una fuerte discriminación por razón de edad que impide a las personas mayores acceder a los derechos más básicos en igualdad de condiciones.
- A través de un vídeo y un manifiesto las organizaciones señalan la necesidad de transformar el modelo de cuidados, trabajar para crear entornos más amigables y sociedades más inclusivas y contar con un marco legal sólido y medidas específicas que protejan los derechos y la dignidad de las personas mayores.

La declaración del **1 de octubre como Día Internacional de las Personas Mayores** cumple 30 años en un momento marcado por el impacto de la Covid-19 en los derechos y la vida de las personas mayores. A pesar de que los principios de no discriminación por razón de edad y de igualdad están reconocidos en España y en el Derecho Internacional, las referencias específicas a los derechos de las personas mayores se encuentran dispersas en diferentes tratados y acuerdos. La crisis sanitaria, social y económica que estamos viviendo ha dejado claro que **aún estamos muy lejos de conseguir la igualdad real** y que debemos contar con una **legislación que aborde de forma específica los derechos de las personas mayores** para trabajar contra la discriminación por edad y resolver los problemas estructurales de nuestro sistema.

En los últimos meses, además, hemos podido comprobar que la vejez sigue estando asociada a debilidad y enfermedad y que **se otorga menos valor social a la vida de las personas mayores, como si fueran sacrificables**. Sin embargo, debemos recordar que **nuestra dignidad y derechos no disminuyen con el paso de los años y la edad no puede medir el valor de ninguna vida**. Por ello, la cuarta edición de la [campaña #SoyMayorSoyComoTú lanzada por las 5 entidades firmantes](#) pretende **sensibilizar a la población** sobre la discriminación por razón de edad y señalar a los poderes públicos la **necesidad de que el envejecimiento y los derechos de las personas mayores se conviertan en temas prioritarios en la agenda política y social**. Este año, además, la campaña también ha contado con la participación del Instituto de Filosofía del CSIC.

LA TRANSFORMACIÓN DE LOS CUIDADOS COMO DEBER SOCIAL

La crisis que vivimos ha sacado a la luz las muchas carencias que arrastra el modelo tradicional de alojamientos para personas mayores. **Las residencias deberían convertirse en hogares, lugares para vivir, en los que se cuida no solo de la salud, sino también de la felicidad** de las personas que las habitan. En este sentido, las medidas adoptadas para la protección de quienes viven en espacios de cuidado deben ser equilibradas y **conjugar salud y autonomía**, favoreciendo en todo momento la capacidad de decidir de las personas. Además, es más urgente que nunca **aumentar la coordinación entre los servicios de salud y los servicios sociales**, para que quienes viven en un centro residencial tengan garantizado su derecho a **recibir atención sanitaria pública en igualdad de condiciones, tanto primaria como especializada**.

Si bien los medios de comunicación han puesto el foco en las residencias debido al gran número de personas fallecidas en centros residenciales, **no podemos olvidarnos de los cuidados y acompañamiento en los domicilios**. La mayoría de las personas mayores viven en sus casas y **muchas de ellas se encuentran en situación de soledad o necesitan cuidados y apoyos, que, en muchos casos, han dejado de recibir o se han visto reducidos** debido a los contagios de los y las profesionales de atención domiciliaria, el cierre de los centros de día y la forzosa disminución de las visitas de familiares y voluntariado.

Es importante recordar que las personas mayores quieren continuar viviendo en su casa, en su barrio, en su pueblo. Por ello, necesitamos una **transformación y mejora de los servicios sociosanitarios de atención domiciliaria** que se complementen con la atención familiar desde un enfoque de género, y que integren también los recursos de la comunidad. **Los estudios demuestran que los cuidados, integrados y centrados en las personas, ofrecen mejor calidad de vida, evitan institucionalizaciones no necesarias, y resultan más eficientes para las arcas públicas.**

DERECHOS Y DIGNIDAD EN LA PARTICIPACIÓN SOCIAL

El distanciamiento físico impuesto por la Covid-19 ha recrudecido situaciones de soledad, rechazo y exclusión social a las que se enfrentan a diario cada vez más personas mayores. El aislamiento prolongado está afectando a su salud física y mental, su bienestar y dignidad. Ansiedad, depresión, desorientación, deterioro cognitivo, sedentarismo, pérdida de movilidad y masa muscular, fatiga... son solo algunas de estas consecuencias, que contribuyen al aumento de la aparición de problemas crónicos y nuevas situaciones de dependencia. Es más necesario que nunca **impulsar las redes de apoyo vecinal y de voluntariado, y diseñar barrios y viviendas amigables con el envejecimiento.**

Con la campaña **#SoyMayorSoyComoTú**, también se quiere poner en valor **la gran aportación que hacen las personas mayores al conjunto de la sociedad y desmontar los estereotipos y prejuicios que existen sobre la vejez**. De hecho, pese a ser las principales afectadas por la crisis sanitaria y social, las personas mayores han dado una **lección de resiliencia, prudencia y disciplina** y distintos estudios, como el realizado por Grandes Amigos, muestran su gran capacidad de adaptación durante los meses de la pandemia.

Contar con una red asistencial adecuada es tan fundamental como tener un buen sistema de salud y de educación. **Desde las instituciones públicas, se deben garantizar los recursos y apoyos necesarios, así como implementar las medidas que promuevan el bienestar de todas las personas, sea cual sea su edad.**

Todo lo vivido a lo largo de **la pandemia debe transformarse en una oportunidad** para mejorar nuestro mundo, desde la necesidad del encuentro y la colaboración entre generaciones. Es el momento de valorar la diversidad y la contribución de las personas mayores a la sociedad y tomar en consideración aspectos como la biografía, la experiencia y la capacidad de adaptación que vamos adquiriendo **en este proceso que se inicia el día que nacemos, como es el paso del tiempo, como es envejecer, como es vivir.**

- Enlace de la web de la campaña: <https://soymayorsoycomotu.com>
- Enlace para descargar vídeo de la campaña:
- Enlace para acceder al manifiesto de la campaña:

¿QUIÉNES SOMOS?



Fundación Pilares para la autonomía personal es una entidad sin ánimo de lucro de ámbito estatal, cuya misión es contribuir a la mejora de la sociedad apoyando el mantenimiento de la dignidad a lo largo de la vida, mediante la innovación, el conocimiento y la cooperación. Desarrolla programas y servicios en el ámbito social para el incremento de la calidad de vida de las personas que se encuentran en situación de vulnerabilidad (personas mayores, personas con discapacidad, etc.) y dan soluciones integrales y personalizadas que salvaguarden la autonomía de las personas y sus derechos para vivir una vida digna. Promueve el Modelo de Atención Integral y Centrada en la Persona (MAICP).

Contacto: Emma Garrido - comunicacion@fundacionpilares.org / 663 049 495



Grandes Amigos es una ONG de voluntariado, sin ánimo de lucro y de ámbito estatal, que desde 2003 previene y aborda la soledad de las personas mayores en sus domicilios y residencias. A través de diferentes programas de acompañamiento afectivo presencial y telefónico, redes vecinales, socialización y sensibilización, contribuye al bienestar, la salud y la dignidad de las personas mayores y a construir una sociedad libre de edadismos, que cuide, incluya y trate en igualdad a todas las personas. Con una visión transversal de la soledad y del envejecimiento, en la que implica a agentes públicos, privados y ciudadanía, Grandes Amigos ha creado vínculos afectivos y de apoyo vecinal entre más de 2.000 personas mayores y voluntarias el último año.

Contacto: comunicacion@grandesamigos.org / 689 632 982



Envejecimiento en Red, EnR? es una plataforma web colaborativa, un punto de encuentro ciencia-sociedad en torno al envejecimiento y las personas mayores. Un espacio para la interacción de los diferentes agentes interesados en este ámbito, heterogéneo y multidisciplinar. EnR? surge a partir de la colaboración entre la Fundación General CSIC y el Instituto de Economía, Geografía y Demografía (IEGD) del CSIC, con la vocación de ser un referente en conocimiento e información contrastada, rigurosa y de calidad sobre investigación e innovación en envejecimiento, tanto personal como poblacional, con una importante base documental y multimedia.

Contacto: envejecimientoenred@cchs.csic.es / 639181909



Matia Fundazioa es una fundación privada sin ánimo de lucro por el interés general con más de 130 años de experiencia. Es un referente en la atención a personas mayores en Guipúzcoa y en investigación en envejecimiento a nivel Nacional e Internacional. En 2002, decidió crear un instituto de investigación (Matia Instituto) que facilita la integración investigación/acción y la generación de conocimiento basado en la evidencia y en la práctica cotidiana. Trabajando los principios de la atención centrada en la persona, su propósito es acompañar a las personas en su proceso de envejecimiento para mejorar su bienestar, generando conocimiento y servicios personalizados que promuevan su autonomía y dignidad.

Contacto: Gorka Alias - gorka.alias@matiafundazioa.eus / 636019170



HelpAge International España es una organización afiliada a HelpAge International. Nace en el 2008 con el objetivo de concienciar a la población española sobre las necesidades de las personas mayores y de ayudar a financiar los proyectos de cooperación internacional y ayuda humanitaria de la red. Trabajamos a través de la concienciación, la sensibilización y la formación para que las personas mayores conozcan y reclamen sus derechos y se enfrenten a la discriminación. También trabajamos para

construir una sociedad amigable y sensible a todos los niveles con la realidad de las personas mayores y sus derechos.

Contacto: Inma Mora Sánchez – inma.mora@helpage-espana.org / 660974295